SCHWEIZ

Bestellannahme:	**Mittwoch,**	**05.08**	**bis**	**Sonntag,**	**09.08.20**
Zustellung:	**Donnerstag,**	**13.08.**			

AVOCADO TORROX
AUS SPANIEN

Schöne Früchte mit cremigem, leicht salzigem Fruchtfleisch.

~~12,35 /kg~~

-30 % 8,60 /kg *ab 12 kg*

-22 % 9,60 /kg *ab 6 kg*

-10% 11,10 /kg *ab 3 kg*

Überraschungs-geschenk
wird allen Bestellungen mit einem Warenwert ab 150 CHF beigefügt.

MELONE PIEL DE SAPO
AUS SPANIEN

Echter Melonengeschmack mit feinen Honig-Nuancen.

4,10 /kg *ab 6 kg*

-25 %

Tel.: **+33 (0)1 64 60 21 21** (jeden Tag von 16 bis 22 Uhr)
E-Mail: **bestellservice@orkos.com** Fax: **+33 (0)1 64 60 21 01**
WhatsApp: **+49 800 999 888 1**

Die bemerkenswerte Insel Okinawa

Okinawa, eine Inselgruppe im westlichen Japan, erregte in den siebziger Jahren Aufmerksamkeit wegen der außerordentlichen Langlebigkeit ihrer Bewohner. Ihre Bevölkerung zählt fast dreimal soviel Hundertjährige wie Frankreich und lebt in jedem Alter fit und gesund, ohne dabei das Los der westlichen Bevölkerung in Form von Krebs, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Übergewicht usw. zu kennen. Eine große angelegte Studie wurde durchgeführt, um die Ursachen des Phänomens zu verstehen.

Erste Beobachtungen zufolge sind genetische Einflüsse auszuschließen. Es wurde allerdings festgestellt, dass die Bevölkerung von Okinawa gleichermaßen ruhig und aktiv ist: Tai Chi, Gartenarbeit, Wandern und Vereinsaktivitäten sind Bestandteil des täglichen Lebens aller Altersgruppen, ganz abgesehen vom Karate, das in Okinawa entstanden ist. Ihre Umgebung hat sie zudem zu einer abwechslungsreichen und kalorienarmen Ernährung geführt, welche hauptsächlich aus Rohkost sowie separat und bei niedrigen Temperaturen gekochtem Gemüse, ein wenig Obst, Reis und rohem Fisch besteht. Schließlich haben die Einwohner von Okinawa bestimmte Bräuche im Zusammenhang mit den Mahlzeiten. So betrachten sie z.B. ihre Nahrung einen Moment lang eingehend, bevor sie beginnen zu essen, um die Mahlzeit in Ruhe anzugehen, und beenden sie mit einem nur zu 80% gefüllten Magen.

Es ist mehr als nur eine Diät, es handelt sich um eine Lebensphilosophie!

Die Frucht der Saison

6,50/kg

WASSERMELONE AUS SPANIEN

Eine ausgezeichnete Sorte, die unser Erzeuger im reifen Zustand erntet, was zu einer sehr schmackhaften und göttlich erfrischenden Melone führt.

16,20/kg

Kirsche rot
Tiefrot und sehr konzentriert.

Melone Canari
4,55/kg

Saftig und herrlich duftend.

4,35/125g

Heidelbeere
Der Geschmack der Berge...

8,40/kg

Banane Canaries
Reiches Fruchtfleisch mit ausgeprägtem Geschmack.

Gemüse

	Land		Einzelprei
Artischocke grün	Fra	S	12,30/kg
Bengkoang	Tha	P	16,40/kg
Champignon	Pay	S	9,85/kg
Fenchel	Fra	P	9,00/kg
Gurke glatt, lang	Esp	S	5,90/kg
Ingwer	Per	S	10,95/kg
Karotte	Ita	S	6,15/kg
Kartoffel	Fra	S	4,50/kg
Knoblauch	Esp	S	10,10/kg
Kurkuma	Per	S	15,30/kg
Mairübchen violet	Fra	S	11,60/kg
Paprika grün	Esp	S	5,70/kg
Paprika rot	Esp	P	6,35/kg
Paprika rot lang	Esp	P	6,20/kg
Paprika spitz mini	Esp	P	5,90/kg
Rettich schwarz	Fra	S	9,25/kg
Rote Beete rund	Fra	S	6,45/kg
Stangensellerie	Fra	P	8,65/kg
Süßkartoffel rosa	Esp	P	5,85/kg
Tamarillo orange	Per	P	17,10/kg
Tamarillo rot	Cam	P	15,50/kg
Zuchini grün	Esp	S	4,25/kg
Zuckermaiskolben	Fra	S	2,35/St.
Zwiebel gelb	Esp	S	5,10/kg

Kohl

	Land		Einzelpreis
Blumenkohl weiß	Fra	S	5,85/St.
Kohlrabi grün	Fra	P	2,25/St.
Weißkohl	Pay	S	4,75/kg

Preissenkungen

Avocado Hass	~~14,10/kg~~	*12,10/kg*	*-14%*
Pepino	~~8,45/kg~~	*8,05/kg*	*-5%*
Paprika rot	~~7,05/kg~~	*6,35/kg*	*-10%*
Rettich schwarz	~~9,75/kg~~	*9,25/kg*	*-5%*

Salate

	Land		Einzelpr
Eisbergsalat	Fra	S	3,65/St.

5,85/kg

Süßkartoffel rosa
Ein knackiges, süßes gemüse.

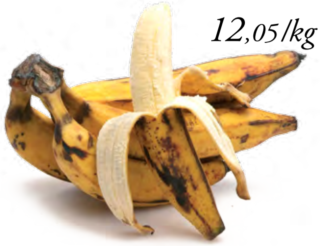
2,25/St.

Kohlrabi grün
Ein Gemüse so lecker wie eine Frucht.

12,90/kg

Ananas Cayenne
Große, sehr saftige Früchte.

12,05/kg



Banane Planta
Eine vor allem vollreif beliebte Banane.

15,95/kg

Mango Kent
Delikater, exotischer Duft...

Exotische Früchte

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit	
Ananas Cayenne	Cam	P	12,90/kg	12,26/kg	ab 6kg
Ananas Que. Victoria	Tha	P	18,85/kg	17,91/kg	ab 6kg
Avocado Hass	Esp	P	12,10/kg	11,50/kg	ab 4kg
Avocado Hass klein	Esp	P	10,90/kg	10,36/kg	ab 4kg
Avocado Lula	Cam	P	15,05/kg	14,30/kg	ab 4kg
Avocado Torrox	Esp	P	12,35/kg	11,73/kg	ab 4kg
Banane Apfel	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg	ab 4kg
Banane Canaria	Esp	S	8,40/kg	7,98/kg	ab 5kg
Banane Feige-Apfel	Cam	P	12,25/kg	11,64/kg	ab 4kg
Banane Planta	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg	ab 4kg
Banane Poyo	Per	S	5,85/kg		
Banane Rosa	Cam	P	12,05/kg	11,45/kg	ab 4kg
Drachenfrucht rot	Esp	P	19,60/kg	18,62/kg	ab 3kg
Drachenfrucht weiß	Tha	P	22,05/kg	20,95/kg	ab 3kg
Drups des Ölpalme	Cam	P	16,60/kg	15,77/kg	ab 1kg
Erdnuss frisch	Cam	P	16,40/kg	15,58/kg	ab 3kg
Grenadille süß	Per	P	17,50/kg	16,63/kg	ab 3kg
Kakaoschote	Cam	P	14,95/kg	14,20/kg	ab 2kg
Kokosnuss reif	Cam	P	10,95/kg	10,40/kg	ab 4kg
Mango Osteen	Esp	P	10,05/kg	9,55/kg	ab 4kg
Mangue Kent	Mex	P	15,95/kg	15,15/kg	ab 4kg
Maracuja	Cam	P	20,65/kg	19,62/kg	ab 3kg
Maracuja violet	Esp	P	17,95/kg	17,05/kg	ab 3kg
Noni	Cam	P	20,70/kg	19,67/kg	ab 2kg
Pagode Light	Tha	P	20,60/kg	19,57/kg	ab 4kg
Papaya Spanien	Esp	P	11,10/kg	10,55/kg	ab 4kg
Passionsfrucht	Cam	P	13,90/kg	13,21/kg	ab 4kg
Pepino	Esp	P	8,05/kg	7,65/kg	ab 3kg
Physalis	Esp	P	15,15/kg		
Rambutan	Cam	P	14,40/kg	13,68/kg	ab 3kg
Reife Trinkkokosnuss	Tha	P	11,30/kg	10,74/kg	ab 4kg
Safu	Cam	P	19,95/kg	18,95/kg	ab 3kg
Sapote Amarillo	Cam	P	17,25/kg	16,39/kg	ab 2kg
Tamarillo orange	Per	P	17,10/kg	16,25/kg	ab 2kg
Tamarillo rot	Cam	P	15,50/kg	14,73/kg	ab 3kg
Zuckerrohr	Esp	P	7,15/kg	6,79/kg	ab 2kg

Heilpflanzen

	Land		Einzelpreis.	Verpackungseinheit	
Johannisbrot 250g	Esp	P	3,20/St.	3,04/St.	ab 12St.
Kassia Fist. Stange	Ind	P	21,75/kg	20,66/kg	ab 3kg
Kassia Fistula gesch	Ind	P	47,80/kg	45,41/kg	ab 2kg
Süßholz 200g	Esp	P	10,00/St.		
Tamarinde süß 1kg	Tha	P	23,50/kg	22,33/kg	ab 3kg

13,90/kg

Passionsfrucht
Besonders konzentriert, wenn sie etwas runzelig ist.

~~14,10/kg~~
12,10/kg

Avocado Hass
Eine der besten Avocados.

11,30/kg

Kokosnuss reif Light
Reichhaltiges, knackiges Fruchtfleisch und schokoladiger Saft.

Die Angebote dieses Kataloges unterliegen den allgemeinen Verkaufsbedingungen von Orkos (per Fax, E-Mail oder Post erhältlich). Alle Preise sind in CHF inkl. MwSt. zuzüglich Transportpauschale. Preisänderungen und Druckfehler bleiben vorbehalten. Die Verfügbarkeit ist von den Erntebedingungen abhängig.

Geschenke von Mutter Natur

Preis auf Anfrage

Mangos aus Spanien

Eine fantastische Vielfalt zum Entdecken...

12,05/kg

Banane Rosa

Unsere exotischste Banane.

19,95/kg

Safu

Ihr fettiges Fruchtfleisch erinnert an Avocado und Ziegenkäse.

17,95/kg

Maracuja violett

Die große Sorte der Passionsfrucht.

ab 19,60/kg

Drachenfrucht

Einfach halbieren und auslöffeln.

Nüsse

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Erdnuss in Schale	Ira	P	15,50/kg	14,73/kg	ab 5kg
Erdnuss viol. Schale	Per	P	18,35/kg	17,43/kg	ab 5kg
Haseln. Ennis Schale	Cat	P	12,90/kg	12,26/kg	ab 5kg
Haselnuss in Schale	Ita	S	14,70/kg	13,97/kg	ab 5kg
Macadamianuss	Mex	P	19,20/kg	18,24/kg	ab 5kg
Mandel Ferraduel	Esp	P	10,55/kg	10,02/kg	ab 5kg
Mandel Ferragnes	Esp	P	10,70/kg	10,17/kg	ab 5kg
Mandel frisch	Esp	P	10,85/kg	10,31/kg	ab 3kg
Mandel Marcona	Esp	P	10,25/kg	9,74/kg	ab 5kg
Pistazie Schale 1kg	Esp	P	31,80/kg	30,21/kg	ab 5kg
Walnuss in Schale	Fra	P	13,10/kg	12,45/kg	ab 5kg

9,95/250g

Paranuss geschält

Eine Nuss aus den Tiefen des Amazonas-Regenwaldes, wo sie im Überfluss wächst.

Geschälte Nüsse

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Aprikosenmandel 500g	Ira	P	13,85/St.	13,16/St.	ab 4St.
Erdnuss ges.vio.500g	Per	P	10,75/St.	10,21/St.	ab 6St.
Erdnuss geschält 1kg	Ira	P	18,90/St.	17,96/St.	ab 3St.
Kenari gesch. 250g	Ind	P	11,55/St.	10,97/St.	ab 8St.
Kürbiskerne 250g	Ira	P	7,15/St.	6,79/St.	ab 6St.
Macadamia gesch.250g	Mex	P	13,15/St.	12,49/St.	ab 6St.
Man.ges. Ferrag 500g	Ita	P	16,80/St.	15,96/St.	ab 6St.
Mandel ges.Genco500g	Ita	P	16,25/St.	15,44/St.	ab 6St.
Mandel Supernova500g	Ita	P	16,25/St.	15,44/St.	ab 4St.
Paranuss gesch. 250g	Per	P	9,95/St.	9,45/St.	ab 8St.
Pekannuss gesch.250g	Afr	P	12,05/St.	11,45/St.	ab 8St.
Pistazie gesch. 500g	Esp	P	27,50/St.	26,13/St.	ab 4St.
Sonnenbl. gesch.500g	Esp	S	5,70/St.	5,42/St.	ab 6St.
Walnuss gesch. 500g	Fra	P	22,25/St.	21,14/St.	ab 4St.
Zederkern 250g	Rus	P	13,60/St.	12,92/St.	ab 4St.

Samen

	Land		Einzelpreis.
Amarant 500g	Per	P	8,25/St.
Azukibohne 500g	Chi	P	5,75/St.
Chiasamen 250g	Arg	P	9,55/St.
Kürbiskerne 250g	Ira	P	7,15/St.
Leinsamen braun 250g	Kaz	P	7,65/St.
Mungobohne 500g	Chi	P	6,20/St.
Quinoa 500g	Bol	P	10,55/St. 1
Sesam 500g	Oug	P	5,95/St.
Sonnenbl. gesch.500g	Esp	S	5,70/St.
Süßreis 500g	Cal	P	9,45/St.

Aloe Vera, die Fettpflanze, die Verbrennungen mildert

Selbst wenn man aufpasst, passiert es schnell, dass man von der dem Anschein nach so wohltuenden Sommerssonne unangenehm überrascht wird. Die Aloe Vera bietet sonnenverbrannter Haut eine wahre Linderung: Es genügt, eine Scheibe dieser fettigen Blätter abzuschneiden und das gelatineartige Sekret auf die Haut zu reiben, um sofortige Linderung zu spüren. Zögern Sie nicht, das Auftragen so oft wie erforderlich zu wiederholen,

indem Sie nach Bedarf die Schnittfläche erneuern! Bewahren Sie das Blatt weder im Kühlschrank noch bei Raumtemperatur, sondern idealerweise in einem kühlen Raum auf (10 bis 15 °C)! Unangeschnitten hält es sich mehrere Wochen lang, angeschnitten mindestens

zwei Wochen.

Oliven

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Ol.Spanien reif 400g	Esp	P	22,60/St.	21,47/St.	ab 6St.
Olive Spanien 400g	Esp	P	17,80/St.	16,91/St.	ab 6St.
Olive trocken 500g	Esp	P	17,05/St.	16,20/St.	ab 6St.

Trockenalgen

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit	
Cochayuyo 80g	Chi	P	12,50/St.	11,88/St.	ab 10St.
Cochayuyo. ganz 200g	Chi	P	23,60/St.	22,42/St.	ab 5St.
Dulse 100g	Fra	P	10,65/St.	10,12/St.	ab 10St.
Kombu royal 100g	Fra	P	11,95/St.	11,35/St.	ab 10St.
Wakame 100g	Fra	P	13,35/St.	12,68/St.	ab 10St.

Testset und Pack

	Land		Einzelprei
Tropenfr.-Paket 4kg	Fra	P	50,25/St.
Tropenfr.Paket 8kg	Fra	P	100,45/St.
ZFR:Pack français 3k	Fra	P	42,20/St.
ZFR:Pack français 6k	Fra	P	84,40/St.

Eine Mischung frischer und trockener Obst- und Gemüsesorten aus EU- und Nicht-EU-Landwirtschaft

24,70/450 g

Pollen
Eine wertvolle Quelle von Aminosäuren, Vitaminen, Mineralien und Spurenelementen!

15,40/250 g

Gojibeere
Die kleine berühmte Beere aus dem Himalaya.

Honige im Glas

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit
Akazie Honig	Ita	P	13,95/St.	13,25/St. ab 6St.
Blüten	Esp	P	10,25/St.	9,74/St. ab 6St.
Cantueso	Esp	P	11,20/St.	10,64/St. ab 6St.
Eiche flüssig	Esp	P	11,40/St.	10,83/St. ab 6St.
Eukalyptus Honig	Ita	P	10,75/St.	10,21/St. ab 6St.
Gebirge flüssig	Esp	P	10,25/St.	9,74/St. ab 6St.
Heide	Esp	P	11,05/St.	10,50/St. ab 6St.
Lavendel	Esp	P	11,15/St.	10,59/St. ab 6St.
Mandelbaum	Esp	P	11,40/St.	10,83/St. ab 6St.
Mispel Honig	Esp	P	11,45/St.	10,88/St. ab 6St.
Orange	Esp	P	11,60/St.	11,02/St. ab 6St.
Rosmarin Honig	Esp	P	11,00/St.	10,45/St. ab 6St.
Thymian	Esp	P	11,00/St.	10,45/St. ab 6St.
Wald flüssig	Esp	P	10,05/St.	9,55/St. ab 6St.
Zitrone	Esp	P	10,65/St.	10,12/St. ab 6St.

Ein Glas enthält ca. 500 g Honig.

Pollen

	Land		Einzelprei
Pollen Spanien 225g	Esp	P	12,30/St.
Pollen Spanien 450g	Esp	P	24,70/St.

Wabenhonige

	Land		Einzelpr
Bienenbrot 250g	Esp	P	9,35/St
Blüten Wabe 500g	Esp	P	14,65/St
Heide Wabe 500g	Esp	P	14,05/St
Orange Wabe 500g	Esp	P	14,45/St
Rosmarin Wabe 500g	Esp	P	15,45/St

Sonstiges

	Land	Einzelpreis.
Kokosraspel	Sri	28,70/St.
Nussknacker Würfel	Fra	22,20/St.
Set Früchteschnitzen	Fra	41,10/St.

Körperpflege

	Land		Einzelpreis.
Aloe Vera Blatt	Esp	P	22,15/kg
Ghassul fein 500g	Mar		7,15/St.
Ghassul grob 1kg	Mar		9,75/kg
T.Illit fein gr.500g	Fra		7,30/St.
T.Illit grob gr.500g	Fra		6,00/St.
Ton. gelb ultra-fein	Fra		7,80/St.
Ton. weiß ultra-fein	Fra		8,00/St.

Trockenfrüchte

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit
Ananas getr. 250g	Cam	P	10,70/St.	10,17/St. ab 6St.
Banane G.Michel 250g	Cam	P	7,05/St.	6,70/St. ab 8St.
Banane Planta 250g	Cam	P	6,00/St.	5,70/St. ab 8St.
Feige Persien 500g	Ira	P	11,70/St.	11,12/St.ab 10St.
Feige w. C. dama ½k	Esp	P	7,80/St.	7,41/St.ab 10St.
Goji-Beere 250g	Chi	P	15,40/St.	14,63/St. ab 8St.
Jackfrucht getr.100g	Cam	P	5,00/St.	4,75/St. ab 4St.
Johannisbrot 250g	Esp	P	3,20/St.	3,04/St.ab 12St.
Kakaobohne getr.200g	Cam	P	7,95/St.	7,55/St. ab 5St.
Kaki getrocknet 250g	Esp	P	17,10/St.	16,25/St. ab 6St.
Mango Smaragd 250g	Cam	P	12,25/St.	11,64/St. ab 8St.
Maulbeeren w. 250g	Ira	P	8,45/St.	8,03/St.ab 10St.
Papaya Solo 250g	Cam	P	11,00/St.	10,45/St. ab 4St.
Pfirsich getr. 250g	Ira	P	5,90/St.	5,61/St. ab 8St.
Rosine braun 500g	Ira	P	9,10/St.	8,65/St. ab 4St.
Rosine sch. Shani ½k	Ira	P	10,05/St.	9,55/St. ab 4St.
Tamarinde süß 1kg	Tha	P	23,50/kg	22,33/kg ab 3kg
Tomate getr. 250g	Esp	P	7,35/St.	6,98/St. ab 4St.
Zwiebel 250g	Bur	P	6,65/St.	6,32/St. ab 4St.

Datteln

	Land		Einzelpreis.	Verpackungs-einheit
Deglet-Noor 1kg	Tun	P	20,45/St.	19,43/St. ab 5St.
Medjool Jumbo 1kg	Cal	P	31,70/St.	30,12/St. ab 5St.
Piarom 1kg	Ira	P	21,95/kg	20,85/kg ab 5kg
Shahani 1kg	Ira	P	20,40/St.	19,38/St. ab 5St.
Zahidi 1kg	Ira	P	17,85/St.	16,96/St. ab 5St.

14,95/kg

Kakaoschote

Schokolade im Urzustand.

16,40/kg

Erdnuss frisch

Ungetrocknet nach der Ernte ist sie noch besonders zart.

20,60/kg

KOKOSNUSS PAGODE LIGHT

Reichhaltiger und süßer Saft und ein Fruchtfleisch, das man ganz einfach auslöffeln kann.

17,25/kg

Sapote Amarillo

Konsistenz und Geschmack wie ein leckerer Kuchen.

18,40/kg

Mangostane

Schmelzendes Fruchtfleisch mit feinem Geschmack.

17,50/kg

Grenadille

Die süßeste unter den Passiflora.

BESTELLUNGEN

E-Mail: bestellservice@orkos.com

Tel: +33 (0)1 64 60 21 21

(täglich von 16 bis 22 Uhr)

Fax: +33 (0)1 64 60 21

LIEFERUNG

Auslieferung: Mittwoch

DPD Standardversand **14,45 CHF**

Post Standardversand **16,95 CHF**

DPD Expressversand **24,95 CHF**

BANK

PostFinance
IBAN CH12 0900 0000 1000 6270 5

Bei Zahlungen am Postschalter werden Bankspesen in Höhe von 4 CHF berechnet.

ORKOS@KATALOG

Für den wöchentlichen Erhalt des Orkoskataloges per E-Mail: Name, Adresse, Währung an **bestellservice@orkos.com** senden.

P = Orkos Prestige: Alle Orkos-Kriterien kontrolliert vom Produzenten bis zum Konsumenten. **S = Orkos Selection**: Wurde unter den besten Produkten des Handels nach den Orkos-Kriterien ausgewählt. Alle Preise in CHF inkl. MwSt. zuzüglich Transportpauschale. Verkaufsbedingungen per Fax, E-Mail oder Post erhältlich. Preisänderungen und Druckfehler bleiben vorbehalten. Verfügbarkeit von Erntebedingungen abhängig.

Unternehmenssitz der Orkos SAS (Stammkapital 50 000 €): 9 rue du Château, F-77650 Soisy-Bouy.

All: Deutschland, Afr: Südafrika, Ara: Saudi-Arabien, Aus: Australien, Bol: Bolivien, Bul: Bulgarien, Bur: Burkina Faso, Cam: Kamerun, Chi: China, Esp: Spanien, Fra: Frankreich, Ind: Indonesien, Ira: Iran, Ita: Italien, Kaz: Kasachstan, Mar: Marokko, Mol: Moldavien, Nig: Nigeria, Oug: Uganda, Pay: Niederlande, Per: Peru, Phi: Philippinen, Rep: Dominikanische Republik, Rus: Russland, Sri: Sri Lanka, Tha: Thailand, Tun: Tunisien, Tur: Türkei

Folgende Produkte können Allergien oder Intoleranzen hervorrufen: Erdnuss, Roggen, Hafer, Dinkel, Mandel, Haselnuss, Pekannuss, Macadamianuss, Cashewnuss, Pistazie, Stangen- und Knollensellerie, Sesam, Senf.